WELLINGTON MATEUS RODRIGUES PINHEIRO

MANUAL DE BOAS PRÁTICAS DA QNUTRI

João Pessoa
2024

1 IDENTIFICAÇÃO

Nome fantasia: QNutri
Razão social: QNutri
CEP: 58013-430
Cidade: João Pessoa - PB

2 RESPONSÁVEL

A empresa QNutri é responsável pelas atividades de manipulação de alimentos, o que inclui a implantação e manutenção do programa de Boas Práticas executado pela empresa. Para exercer essa responsabilidade, o profissional deve ser qualificado na área de segurança dos alimentos e conhecer os requisitos mínimos exigidos, incluindo contaminantes alimentares, doenças transmitidas por alimentos, manipulação higiênica dos alimentos e Boas Práticas.

3 DOS OBJETIVOS DO MANUAL

O presente manual descreve os procedimentos de boas práticas para serviços de alimentação, visando garantir as condições higiênico-sanitárias dos alimentos preparados, conforme as normas vigentes.

O objetivo principal é que todos os envolvidos conheçam, compreendam e executem as práticas aqui descritas, assegurando a manutenção de boas condições de higiene pessoal, dos alimentos, sanitização e controle dos processos e produtos. Isso garante que o cliente receba um produto com qualidade higiênico-sanitária.
Este manual deve ser aplicado a toda a linha de fabricação da empresa QNutri, sendo de responsabilidade da gerência cumprir e fazer cumprir este documento.

4 DO CONTROLE DE SAÚDE

É essencial a adoção do PCMSO (Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional), que inclui os seguintes exames: hemograma completo, VDRL, parasitológico, exame clínico e ASO (Atestado de Saúde Ocupacional). Deve-se estipular uma data para que o funcionário compareça e realize os exames, que devem ser realizados nas modalidades admissional, periódica e demissional. A periodicidade dos exames é semestral para os manipuladores e anual para os demais funcionários.

Cabe ressaltar que os EPIs (Equipamentos de Proteção Individual) serão fornecidos pela empresa para proteção contra riscos à saúde e segurança no trabalho.

5 QUALIFICAÇÃO DOS COLABORADORES EM SEGURANÇA DOS ALIMENTOS

Todos os colaboradores da empresa que entram em contato com alimentos recebem, na admissão e no dia a dia, as instruções necessárias para cumprir suas funções de maneira segura e higiênica. Para facilitar o entendimento, serão afixados cartazes com instruções fundamentais para a prática da segurança dos alimentos em locais estratégicos nas áreas de produção e armazenamento de alimentos.

Os manipuladores de alimentos serão tecnicamente qualificados nos requisitos mínimos de higiene pessoal, manipulação higiênica dos alimentos e doenças transmitidas por alimentos. Em todos os casos, a empresa mantém as listas de presença arquivadas para comprovação dos treinamentos.

Em relação à saúde dos colaboradores, eles são instruídos a comunicar ao supervisor e ao responsável da empresa sempre que manifestarem quaisquer problemas de saúde, antes de começar o trabalho, para que sejam tomadas as providências cabíveis.

6 CONTROLE INTEGRADO DE VETORES E PRAGAS

A empresa adota ações contínuas de organização e higiene com o objetivo de impedir a atração, o acesso, o abrigo e/ou a proliferação de pragas e vetores urbanos em suas instalações, mantendo a área livre de sujeiras e resíduos alimentares.

As medidas de controle incluem a realização de um programa periódico de desinsetização e desratização de maneira segura e eficaz, incluindo controle químico aplicado por empresa especializada e devidamente autorizada, conforme cronograma de visitas pré-determinado. Durante a aplicação dos produtos químicos, são tomados os devidos cuidados para evitar a contaminação de produtos, utensílios e equipamentos.

7 ESTRUTURA E EDIFICAÇÃO

A edificação e as instalações foram adaptadas para possibilitar um fluxo ordenado e sem cruzamentos em todas as etapas da preparação de alimentos, facilitando as operações de manutenção, limpeza e, quando necessário, desinfecção. As instalações são mantidas livres de focos de insalubridade, lixo, objetos em desuso, animais, insetos e roedores.

Piso, parede e teto possuem revestimento liso, impermeável e lavável, sendo mantidos íntegros, conservados, livres de rachaduras, trincas, goteiras, vazamentos, infiltrações, bolores, descascamentos, entre outros, e não transmitem contaminantes aos alimentos. As lixeiras possuem tampa com um sistema de abertura que não exige o uso das mãos.

O ambiente de preparação recebe iluminação adequada, o que melhora a visualização de todas as atividades. As luminárias são apropriadas e protegidas contra explosões e quedas acidentais.

A ventilação garante a renovação do ar e a manutenção do ambiente livre de fungos, gases, fumaça, pós, partículas em suspensão, condensação de vapores,

entre outros fatores que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento. A área de manipulação não possui janelas, dificultando o acesso de vetores e pragas urbanas.

8 MANEJO DE RESÍDUOS

São tomadas as precauções necessárias para evitar riscos de contaminação cruzada entre a entrada de alimentos e a saída de resíduos das áreas de manipulação de alimentos. As áreas de manipulação possuem lixeiras com tampas sem abertura por contato manual, em número suficiente para atender à capacidade da unidade. As lixeiras estão em bom estado de funcionamento e conservação, são de fácil higienização e revestidas por sacos plásticos reforçados, onde o lixo é continuamente depositado.

Os resíduos são retirados das áreas de manipulação diariamente, quantas vezes forem necessárias, para evitar contaminações e atração de pragas. Eles são armazenados em área externa, isolada da área de preparação, devidamente acondicionados, de onde são recolhidos pela empresa de coleta urbana.

A higienização dos coletores e da área de armazenamento externa é realizada frequentemente. O controle da higienização e do manejo de resíduos é realizado pelos colaboradores, e o gerente faz uma avaliação mensal das áreas de manipulação e armazenamento de alimentos.

9 HIGIENE PESSOAL

Todos os manipuladores de alimentos são orientados e supervisionados quanto à manutenção de boa higiene pessoal e à prática de hábitos seguros, considerando que esses procedimentos ajudam a garantir a qualidade do produto e dos serviços prestados.

9.1 Orientações comportamentais e de estética e asseio pessoal

- Tomar banho diariamente.
- Manter os cabelos protegidos.
- Fazer a barba e o bigode diariamente.
- Manter as unhas curtas e limpas, sem esmalte e sem base.
- Usar desodorante sem cheiro ou suave e não utilizar perfumes.
- Não utilizar maquiagem.
- Não utilizar adornos como colares, amuletos, pulseiras, fitas, brincos, relógios, anéis, inclusive alianças.
- Higienizar as mãos da maneira correta e na frequência indicada.

9.2 Orientações para Higiene das Mãos

Todos os colaboradores são instruídos a manter as mãos bem limpas, utilizando as estações exclusivas para a lavagem de mãos:

- Antes de iniciar o trabalho.
- Antes de manipular o alimento.
- Ao trocar de atividades, principalmente quando estiver manipulando alimentos crus e for trabalhar com alimentos cozidos.
- Antes de usar luvas e após tirá-las.
- Após utilizar os sanitários.
- Após manusear dinheiro.
- Após tossir, espirrar, assoar o nariz ou se coçar.
- Após comer ou fumar.
- Após recolher lixo e outros resíduos.
- Após passar muito tempo em uma mesma atividade.
- Todas as vezes que interromper um serviço.

9.3 Técnica de Higienização das Mãos

A técnica de higienização das mãos segue a sequência abaixo:

- Umedecer as mãos e antebraços com água.
- Lavar com sabonete líquido bactericida.
- Massagear bem as mãos e antebraços.
- Enxaguar bem as mãos e antebraços.
- Secar as mãos com papel toalha descartável não reciclado.
- Descartar o papel na lixeira.

Observação: Quando não há disponibilidade de sabão líquido bactericida, os colaboradores lavam as mãos com sabonete líquido neutro e utilizam um produto antisséptico após o enxágue, deixando-as secar naturalmente. Procedimentos ilustrados para orientação da higienização das mãos e higiene pessoal estão disponíveis em locais estratégicos.

9.4 Orientações quanto a hábitos seguros durante a manipulação dos alimentos
Todos os colaboradores são orientados a:

- Não falar, cantar, assobiar, tossir, espirrar, cuspir, fumar.
- Não mascar goma, palito, fósforo ou similares, chupar balas, comer.
- Não experimentar alimentos diretamente com as mãos.
- Não assoar nem colocar o dedo no nariz ou ouvido, mexer no cabelo ou se pentear.
- Não utilizar lentes de contato ao manipular alimentos.
- Não deixar roupas e objetos pessoais nas áreas de manipulação de alimentos.
- Jamais enxugar o suor com as mãos, panos ou qualquer peça da vestimenta.
- Jamais utilizar utensílios e equipamentos sujos.
- Não utilizar nenhum tipo de loção nas mãos.

- Nunca trabalhar diretamente com alimentos quando apresentar problemas de saúde que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária.

9.5 Uniforme

O uniforme é de uso exclusivo nas áreas de produção e a troca deve ser feita sempre que necessário. A manipulação de alimentos será feita com as roupas fornecidas. As condições de higiene, uso de uniformes, gorros, máscaras, luvas, aventais, etc., são de responsabilidade dos colaboradores.

10 HIGIENE DO AMBIENTE DE TRABALHO

Todas as áreas de produção, depósito e circulação são higienizadas diariamente, com produtos adequados, para evitar a proliferação de pragas. A higiene do ambiente de trabalho da empresa compreende as operações de higienização da estrutura física (piso, paredes, etc), dos equipamentos, bancadas de trabalho e utensílios, realizadas de maneira frequente para minimizar os riscos de contaminação dos alimentos.

A primeira etapa da higienização (limpeza) consiste em remover as substâncias visíveis indesejáveis como terra, poeira, gordura, restos de comida e outras sujidades, utilizando água potável e sabão ou detergente. Em seguida é feita a desinfecção para remover ou reduzir a níveis aceitáveis os microrganismos, invisíveis a olho nu, utilizando produtos químicos ou calor. A higienização manual é realizada conforme sequência abaixo:

- Retirar o excesso de sujidade e/ou recolher os resíduos;
- Lavar com água e detergente neutro;
- Enxaguar bem com água corrente;
- Desinfetar com produtos químicos ou calor;
- Enxaguar bem com água corrente no caso de utilização de produtos químicos, exceto o álcool 70%;
- Secar naturalmente, sem a utilização de pano.

De maneira geral, os procedimentos de higienização da empresa são realizados:

- No início do trabalho.
- Depois de cada uso.
- A cada mudança de lote.
- A intervalos periódicos se os utensílios estiverem em uso constante (no máximo a cada 2 horas).

Para facilitar a realização dos procedimentos de forma correta, a empresa mantém em local de fácil acesso um cronograma para higienização ambiental. Este cronograma está adequado, incluindo procedimento, frequência, produtos utilizados em cada operação e tempo de contato dos desinfetantes utilizados. Além do

cronograma, a empresa também mantém procedimento escrito adequado para diluição de produtos de higienização.

Para monitoramento, a empresa deverá adotar o formulário para controle das operações de higienização de equipamentos e instalações que não são realizadas diariamente.

A higienização manual de louças, copos e utensílios é realizada conforme sequência abaixo:

- Retirar o excesso de sujidade e/ou recolher os resíduos;
- Lavar com água e detergente neutro;
- Enxaguar bem com água corrente;
- Desinfetar com produtos químicos ou calor;
- Enxaguar bem com água corrente no caso de utilização de produtos químicos, exceto o álcool 70%;
- Secar naturalmente, sem a utilização de pano.

Os utensílios e equipamentos são guardados em local apropriado, limpo e seco, protegido contra a poeira e insetos. Cuidados no uso de produtos e instrumentos de limpeza:

- Os produtos de higienização estão devidamente identificados.
- Instrumentos usados na limpeza, como baldes, panos, vassouras, rodos e esponjas, são mantidos em bom estado de conservação. Estes são guardados limpos em local adequado.
- Panos e utensílios utilizados nos sanitários são separados dos utilizados nas áreas de produção.
- A empresa utiliza panos descartáveis nas áreas de manipulação.

11 CONTROLE DE FORNECEDORES

A empresa somente trabalha com fornecedores previamente selecionados e cadastrados, que atendem às exigências de higiene e qualidade. O controle é realizado através da análise de certificados, selos de qualidade e visitas técnicas. Todos os produtos que chegam ao estabelecimento passam por uma verificação de qualidade antes de serem aceitos.

12 ARMAZENAMENTO DE ALIMENTOS

Os alimentos são armazenados em locais adequados, respeitando as condições ideais de temperatura e umidade. Produtos perecíveis são mantidos sob refrigeração, e os alimentos secos são armazenados em locais secos, ventilados e protegidos de contaminações. Todos os produtos possuem data de validade e lote registrados e são utilizados conforme a ordem de chegada.

13 PROCEDIMENTOS OPERACIONAIS PADRÃO (POPs)

Os POPs são implementados e seguidos por todos os colaboradores, garantindo que todas as etapas do processo de produção sejam realizadas de forma padronizada, segura e higiênica.

14 PRODUÇÃO/MANIPULAÇÃO

Segue a descrição das etapas do fluxo de produção existente na empresa, desde a compra de matéria-prima até a distribuição dos alimentos prontos.

14.1 Compra

A empresa adquire produtos de fornecedores idôneos, devidamente registrados. Todos os produtos possuem registro ou selo de inspeção, devendo cumprir com os requisitos descritos no tópico recebimento. O transporte dos alimentos comprados pela empresa é realizado em condições de higiene e conservação satisfatórias.

14.2 Armazenamento

Alimentos perecíveis são armazenados o mais rápido possível, limitando ao máximo seu tempo de permanência a altas temperaturas.

Durante o armazenamento, são tomados os seguintes cuidados:

- Alimentos refrigerados e congelados são mantidos sob temperatura adequada, obedecendo às instruções descritas abaixo:
    - Alimentos perecíveis como carnes, embutidos, queijos, cream cheese, catupiry, massas frescas, chocolates e outros doces são armazenados à temperatura de refrigeração (até 5°C), até o momento de seu uso.
    - Matérias-primas congeladas são armazenadas imediatamente a temperaturas abaixo de 0ºC.
- Alimentos refrigerados e congelados são mantidos devidamente organizados de forma a prevenir a contaminação cruzada, obedecendo às instruções descritas abaixo:
    - Nos casos em que diferentes gêneros alimentícios são armazenados em um mesmo equipamento refrigerador, os alimentos prontos para consumo são colocados nas prateleiras superiores, os semiprontos e/ou pré-preparados são colocados nas prateleiras intermediárias, e os produtos crus, nas prateleiras inferiores, separados entre si e dos demais produtos.
    - Diferentes alimentos podem ser armazenados no mesmo freezer, desde que devidamente embalados, identificados e separados.
- Os alimentos que são retirados de suas embalagens originais são embalados de forma adequada, com data de preparo e data de validade.

- Alimentos secos são armazenados em estantes e prateleiras adequadas ou sobre estrados, evitando contato direto com o piso e respeitando o espaçamento mínimo que garanta a circulação de ar e permita higienização adequada.
- O prazo de validade dos alimentos manipulados é determinado conforme descrito a seguir.
- A saída dos produtos obedece ao sistema PVPS (o primeiro que vence é o primeiro que sai), onde alimentos com menor prazo de validade são utilizados primeiro.
- Matérias-primas estocadas à temperatura ambiente e produtos descartáveis são armazenados separadamente de produtos químicos de limpeza.
- Produtos químicos e de limpeza são mantidos em suas embalagens originais, e quando é necessário dividi-los em embalagens menores, como no caso do uso de pulverizadores, estes são identificados.
- Alimentos jamais devem ser porcionados em embalagens de produtos de limpeza ou perfumaria.
- Produtos destinados à devolução são identificados e colocados em local separado para não haver possibilidade de uso por engano.
- É proibida a entrada de caixas de madeira e papelão dentro da área de armazenamento e manipulação.

14.3 Prazo de validade dos produtos manipulados

Os produtos que forem retirados da embalagem são armazenados e identificados, sob as condições de temperatura e pelo prazo indicado pelo fabricante.

Para alimentos secos, a empresa estabelece validade máxima de 30 dias após serem abertos ou retirados da embalagem original, desde que não se ultrapasse a validade estipulada pelo fabricante.

Alimentos manipulados e todos os demais que necessitam de baixas temperaturas para sua conservação possuem o prazo de validade descrito em sua identificação, com prazo máximo variando conforme a temperatura do armazenamento e o tipo de produto.

14.4 Pré-preparo e preparo

Os processos de descongelamento são realizados de maneira segura, podendo ser feitos:

- Em temperatura de refrigeração, até 5ºC, tendo o cuidado de armazenar os alimentos sob descongelamento nas prateleiras inferiores dos refrigeradores para evitar que o líquido escorra sobre os demais alimentos.

- Em microondas para pequenas porções de alimento, desde que o mesmo seja cozido imediatamente após o descongelamento.
- Durante o processo de cozimento, quando recomendado pelo fabricante.

A empresa aplica o processo de porcionamento para controlar melhor o rendimento dos alimentos.

O processo de congelamento, quando realizado, deve obedecer aos critérios descritos a seguir:

- Jamais leve ao congelamento um alimento quente. Antes de ser congelado, o alimento deve ser resfriado.
- Divida os alimentos em pequenas porções e coloque-os em embalagens adequadas, evitando o contato direto com o ar e a umidade, para que o alimento não fique ressecado ou sofra alterações.
- Deixe sempre um espaço vazio na embalagem, pois os alimentos com maior teor de líquidos aumentam de volume durante o processo de congelamento. Não utilize recipientes de vidro, devido ao risco de quebra.
- Identifique a embalagem, informando o conteúdo, a data em que o alimento foi congelado e a data de validade.
- Mantenha os freezers de congelamento limpos, sem acúmulo de gelo ou sobrecarregados, para facilitar a circulação do ar frio em seu interior.
- Organize os produtos dentro do freezer de forma a facilitar o congelamento rápido. Evite acumular um alimento sobre o outro ou utilize recipientes rasos, com no máximo 10cm de altura, sobrepondo-os em forma de cruz.
- Coloque os alimentos para congelar nas partes inferiores do freezer, para evitar que os líquidos do alimento em congelamento escorram para os produtos abaixo dele, prevenindo a contaminação cruzada.

Os alimentos são descongelados somente quando forem utilizados e não tornam a ser congelados, permanecendo sob refrigeração até o momento do uso, de acordo com a tabela de validades para produtos refrigerados.

14.5 Cozimento

Todos os alimentos preparados previamente têm sua temperatura de cozimento monitorada diariamente, a qual atinge pelo menos 70ºC em todas as suas partes. Os alimentos preparados para consumo imediato têm sua temperatura de cozimento monitorada aleatoriamente.

14.6 Espera para distribuição

Os alimentos são preparados previamente e são entregues para o consumo após estarem prontos para distribuição.

14.7 Sobras

São consideradas sobras os alimentos para reposição que não tenham sido distribuídos, desde que a temperatura tenha sido monitorada. Jamais são reutilizados alimentos prontos que tenham sido servidos.

Para o reaproveitamento de alimentos quentes, os mesmos passam pelas etapas de reaquecimento e resfriamento de forma rigorosa, podendo em seguida ser congelados ou armazenados em geladeira por no máximo um dia (24h).

Para uso, os mesmos são reaquecidos mais uma vez até atingir a temperatura mínima de 70ºC em todas as partes e, só então, liberados para consumo.

Para a reutilização de alimentos frios, estes são mantidos armazenados sob refrigeração por no máximo 1 dia (24h) ou congelados, também podem ser utilizados na elaboração de pratos quentes.

15 ACONDICIONAMENTO E DESTINO DO LIXO

Segue a descrição das etapas do acondicionamento e destino do lixo existente na empresa, desde o descarte até a translocação para o local adequado de maneira a evitar qualquer tipo de contaminação cruzada.

- Acondicione o lixo em sacos plásticos resistentes;
- Conserve os sacos de lixo em recipientes de plástico (de fácil limpeza);
- O recipiente deve ter tampa e pedal, permanecendo sempre fechado;
- Deixe o recipiente do lixo afastado das mesas, pias, utensílios e do armazenamento de alimentos para evitar a contaminação cruzada.

Quanto ao armazenamento do lixo em áreas externas, esse deve ser protegido da chuva e do sol; em recipientes bem fechados, de fácil limpeza; em recipientes separados por tipo: lixo orgânico (restos de alimentos) e lixo reciclável (papel, vidro, plástico e metal).

Como procedimentos padrão, deve-se lavar diariamente os recipientes e a área reservada para o lixo; trocar os saco de lixo com frequência e antes que fiquem cheios para que possam ser fechados com facilidade, evitando o mau cheiro e as pragas.

Além disso, o manipulador deve sempre lavar as mãos após a remoção e manipulação do lixo.

Por fim, materiais como óleos e outros resíduos cuja natureza seja lipídica e viscosa devem ser acondicionados em recipientes rígidos, fechados, identificados e fora de manipulação de alimentos. Com estes cuidados, se evita a presença de roedores e insetos.

Estes resíduos não devem, em hipótese alguma, ser descartados diretamente no esgoto e muito menos no sistema de coleta de água de chuva.

16 CONTROLE DE QUALIDADE

A empresa realiza controles periódicos da qualidade dos produtos e serviços, através de análises laboratoriais, auditorias internas e externas, e monitoramento contínuo dos processos.

17 DOCUMENTAÇÃO E REGISTRO

A empresa mantém este Manual de Boas Práticas acessível aos seus colaboradores e disponível às autoridades sanitárias. Este documento é revisto e atualizado periodicamente, de acordo com novas ações e mudanças realizadas.

Complementando o sistema de Boas Práticas, a empresa utiliza formulários com o objetivo de monitorar a eficácia dos processos relacionados à segurança dos alimentos, permitindo que a empresa controle melhor os seus processos. Os registros são mantidos por período mínimo de 30 (trinta) dias.